



Para la publicación inmediata:

1 de mayo de 2013

Se Les Exhorta a las Madres “Cuando Esté Deprimida, Dígalo”

En mayo se celebra el Mes de la Concientización de la Depresión Perinatal

LOS ANGELES – En reconocimiento del Mes de la Concientización de la Depresión Perinatal, el Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles y LA County Perinatal Mental Health Task Force, celebra la tercera campaña anual de “Cuando Esté Deprimida, Dígalo” para las mujeres que sufren de depresión materna. La campaña está diseñada para exhortar a las mujeres a buscar ayuda, educar a las personas acerca de la depresión asociada durante el embarazo, postparto y reducir la estigmatización asociada con la depresión materna.

"Tener un hijo debe ser y es una experiencia de alegría para las mujeres y sus familias. Pero a menudo las mujeres que están embarazadas o en etapa de postparto se sienten agobiadas y sufren de depresión ", dijo Jonathan E. Fielding, MD, MPH, Director de Salud Pública y Funcionario de Salud. "En el condado de Los Ángeles, una de cada cinco mujeres se siente deprimida durante el embarazo. Es importante informar a las mujeres y sus familias acerca de la depresión materna y las formas de sobrevivir la situación. "

El primer *Mes de la Concientización de la Depresión Perinatal* fue declarado en 2010 en Los Ángeles por la Junta de Supervisores. Además coincide con el Día de la Madre y se reconoce cada mes de mayo. La depresión materna abarca una serie de trastornos relacionados con el estado de ánimo que pueden afectar a una mujer durante el embarazo y durante el parto. Si no se trata, la depresión materna puede convertirse a una depresión a largo plazo para la madre, ausencia emocional para el bebé y tener resultados negativos en el desarrollo del feto, el recién nacido y el niño. Lo bueno es que estas condiciones, a menudo, se pueden prevenir y tratar.

“El estado de ánimo perinatal y los trastornos de ansiedad son más comunes de lo que uno podría pensar. Sin embargo, son muy tratables y los esfuerzos de prevención pueden tener un impacto positivo.” dijo Caron Post, PhD, Director del LA County Perinatal Mental Health Task Force. “A través de una variedad de actividades de “Cuando Esté Deprimida, Dígalo”, esperamos que las mujeres se den cuenta que la depresión materna es común, tratable y que no están solas”.

Se invita al público a participar en el Mes de la Concientización de la Depresión Perinatal durante los eventos, realizando promoción en sus comunidades, uniéndose a la campaña de concienciación social del LA County Perinatal Mental Health Task Force o comprando tarjetas del día de madre. Algunas de las numerosas actividades previstas para el mes incluyen un festival familiar, talleres educativos y cumbres políticas. Pósteres y folletos informativos también están disponibles en <http://www.maternalmentalhealthla.org/for-providers/resources>.

La misión del LA County Perinatal Mental Health Task Force es de eliminar las barreras a la prevención, detección y tratamiento de la depresión prenatal y postparto en el condado de Los Ángeles. De esta manera, las madres pueden tener un embarazo y postparto feliz y saludable. El grupo de trabajo brinda capacitación y asistencia técnica a más de 1,000 proveedores de atención



Public Health News

de salud y de la comunidad en todo el Condado de Los Ángeles cada año, coordina eventos de sensibilización pública e iniciativas y aboga por leyes y políticas que fomenten la detección universal de la depresión materna y el acceso a la atención médica.

Para más información acerca del Mes de la Concientización de la Depresión Perinatal, eventos y materiales, por favor visite: MaternalMentalHealthLA.org.

El Departamento de Salud Pública está dedicado a proteger y mejorar la salud de los cerca de 10 millones de residentes del condado de Los Ángeles. A través de diversos programas, alianzas comunitarias y servicios, el Departamento supervisa la salud ambiental, el control de enfermedades y la salud familiar y comunitaria. El Departamento de Salud Pública está formado por más de 4,000 empleados y cuenta con un presupuesto anual que rebasa los 750 millones de dólares. Para conocer más sobre el Departamento y el trabajo que realizamos, visite <http://www.publichealth.lacounty.gov>, visite nuestro canal en YouTube, <http://www.youtube.com/lapublichealth>, o síganos en Twitter, <http://www.twitter.com/lapublichealth>, o en Facebook, <http://www.facebook.com/LASaludPublica>

###